

中國香港手球總會  
2019 - 2020 青苗手球培訓計劃

(更新日期：24/05/2019)

第一階段 訓練時間表 ~ YAT-3 (荔枝角B)

\*上課安排或因場地及課程調整有所更改

	No.	日期	時間	場地	No.	日期	時間	場地
YAT-3 第一階段	1	03-Jun-19 Mon	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	11	05-Jul-19 Fri	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	2	05-Jun-19 Wed	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	12	08-Jul-19 Mon	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	3	10-Jun-19 Mon	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	13	10-Jul-19 Wed	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	4	12-Jun-19 Wed	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	14	12-Jul-19 Fri	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	5	14-Jun-19 Fri	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	15	15-Jul-19 Mon	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	6	17-Jun-19 Mon	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	16	17-Jul-19 Wed	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	7	19-Jun-19 Wed	18:00-21:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	17	19-Jul-19 Fri	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	8	24-Jun-19 Mon	18:00-21:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	18	22-Jul-19 Mon	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	9	26-Jun-19 Wed	18:00-21:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	19	24-Jul-19 Wed	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)
	10	03-Jul-19 Wed	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)	20	26-Jul-19 Fri	19:00-22:00	荔枝角公園(第一期)手球場(B場)

第一階段 訓練時間表 ~ YAT-3 (荔枝角B)

教練姓名		No.	學員姓名	No.	學員姓名
正教	葉惠明教練	1	貝芷彤	20	周鈺嫻
助教	張敏珊教練	2	郭芷彤	21	張穎芝
		3	黃樂藍	22	冼詠荷
		4	許多真	23	吳小敏
		5	莊斯淇	24	馬靖兒
		6	林可芯	25	羅芷琪
		7	洪卓翹	26	郭艷芬
		8	朱昊晴	27	何曉晴
		9	羅珮瑩	28	蘇子晴
		10	姚慧儀	29	廖紫伊
		11	潘穎欣	30	蘇蔚靈
		12	梁凱玲	31	林琬淇
		13	郁梓彤	32	周庭芊
		14	袁嘉茵	33	白凱寧
		15	伍靜	34	卓凱晴
		16	吳雪兒	35	周煊桐
		17	范麗華	36	張凱怡
		18	陳彥嘉	37	曾俞霖
		19	楊詠欣		